

주간식단표

구 분		6월 19일 월요일	6월 20일 화요일	6월 21일 수요일	6월 22일 목요일	6월 23일 금요일	
조 식			미역국 백미밥 고기산적야채조림 얼갈이겉절이 깍두기	된장찌개 백미밥 느타리버섯볶음 호박볶음 배추김치	사골떡국 백미밥 감자조림 스크램블에그 배추김치	북어해장국 백미밥 두부조림 쥐어채볶음 배추김치	
간편식(4,000원)			셀프라면(with 계란·김치·밥)	셀프라면(with 계란·김치·밥)	셀프라면(with 계란·김치·밥)	셀프라면(with 계란·김치·밥)	
힐링존			누룽지	누룽지	누룽지	누룽지	
kcal			월요일은 조식운영 없습니다 ~	569kcal	537kcal	561kcal	573kcal
중 식		한 식	우거지된장국 잡곡밥/현미밥 오징어떡볶음 우영조림 부추겉절이 깍두기	*5월베스트매뉴* 콩나물국 잡곡밥/현미밥 돈육고추장볶음 상추*쌈장 마늘쫀무침 배추김치	수제비국 잡곡밥/현미밥 순대야채볶음 두부툇무침 치커리샐러드 배추김치	청국장 콩나물표고버섯밥*양념장 동그랑땡난자완스 오이양파무침 파래김 깍두기	*단일코너 일품데이* 시금치된장국 김치제육덮밥 깐풍만두 양장피겨자냉채 깍두기
			kcal	859kcal	873kcal	869kcal	
		일 품	우거지된장국 열무제육비빔밥 허니버터감자튀김 오복지무침 배추김치	계란국 잡채볶음밥 미니돈까스*케찹 마늘쫀무침 깍두기	*컬러푸드데이* 유부된장국 단호박카레라이스 탕수육*후르츠소스 치커리샐러드 깍두기	*신매뉴* 후리가케밥 우거지짬뽕 소떡소떡 단무지 배추김치	
			kcal	883 kcal	949kcal	938kcal	
힐링존		유자차	결명자차	셀프비빔코너	매실차	누룽지탕	
석 식		근대된장국 김밥볶음밥 두부조림 춘권튀김 청경채겉절이 깍두기	맑은무채국 잡곡밥 닭갈비 브로콜리볶음 오이지무침 배추김치	김치국 잡곡밥 돈채굴소스볶음 어묵볶음 깻잎지 깍두기	미소장국 하이라이스 생선까스*타르타르 열무겉절이 깍두기	즐거운 주말 보내세요 ~	
		kcal	867kcal	877kcal	864kcal		835kcal
힐링존		옥수수차	보리차	메밀차	결명자차		

